LE GOÛT DU JAPON N°36 - automne 2013

WASABI

Les restaurants japonais quartier par quartier

www.wasabi.fr

EUROPE
WEEK-END NIPPON À LISBONNE

ILE DE KYUSHU
A LA RECHERCHE DU SHOCHU PERDU

SPICY
LE WASABI ANGLAIS DÉBARQUE EN FRANCE



dossier

TEMPURA
LE CADEAU DU PORTUGAL AUX JAPONAIS



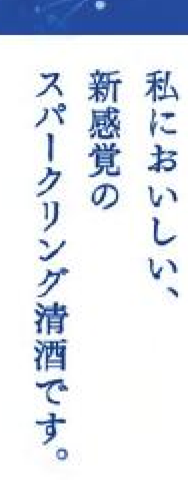
Tél : 01 45 10 24 00
Fax : 01 45 10 24 01
commande@foodex.fr

www.foodex.fr
Importateur de produits alimentaires japonais









前菜といっしょに
subtil



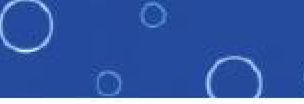






松竹梅白壁蔵
澪 みお
MIO

Produit dans la brasserie Shirakabegura à Hyogo





Whisky



Shochu

Liqueurs















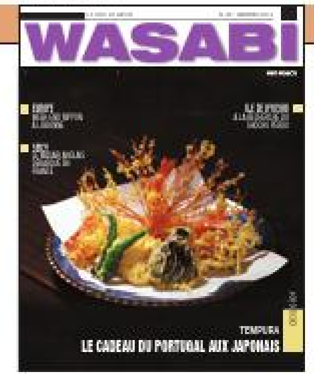








L'abus d'alcool est dangereux pour la santé. A consommer avec moderation.



Bem-vindo ao Japão !*

C'est peut-être avec ces mots que nous accueilleraient aujourd'hui les Japonais si les Portugais, premiers Occidentaux à accoster sur l'archipel, voici près de 500 ans, avaient réussi à s'y implanter durablement. Surnommés *nanban* -barbares du sud- ils furent vite boutés hors du Japon par des shoguns assez peu sensibles aux charmes de la chrétienté...

Cela n'empêcha pas les Japonais de s'intéresser de très près aux nombreuses techniques que ces « barbares » semblaient posséder et en particulier la cuisson à l'huile, jusqu'ici quasiment inconnue sur l'archipel.

Inspirée des beignets à la portugaise, la *tempura* (mot qui viendrait du portugais *tempero*, assaisonnement) était née !

Revu et corrigé par le génie culinaire nippon, ce plat au départ plutôt roboratif, s'allègera peu à peu, devenant vite l'un des mets préférés des Japonais, décliné de mille et une manières selon les régions.

Ryoko Sekiguchi, écrivain japonaise installée en France, explore dans ce nouveau dossier de Wasabi les multiples facettes de cette spécialité dont l'apparente facilité est trompeuse. Tout comme le sushi, la *tempura* peut en effet se consommer comme un plat populaire bon marché (vendu pour quelques dizaines de yens dans toutes les gares du Japon) ou dans des établissements de luxe, spécialisés et étoilés, devenant alors un véritable chef-d'œuvre de légèreté.

Débarquant à Kyushu, au sud du Japon, les mêmes visiteurs portugais découvriront, que les habitants de l'archipel produisent un excellent « arak » de riz, lointain ancêtre de l'actuel shôchu.

Pour produire cette eau-de-vie de patate douce, les Japonais s'inspireront cette fois de techniques importées d'Asie. Wasabi vous emmène dans les grandes distilleries de Kagoshima où cette "eau de feu" semble jaillir des volcans !

Les Nippons ne sont pourtant pas les seuls à exploiter des techniques venues d'ailleurs. C'est même parfois l'inverse : une entreprise anglaise vient de mettre sur le marché, du vrai wasabi « made in England » que nous sommes allés tester en avant-première.

Notre verdict : la mondialisation n'a pas que des mauvais côtés…

*Bienvenue au Japon

- COUVERTURE : **Pixta**
- RÉDACTION : Tinka **Kemptner**, Guillaume **Loiret**, Patrick **Manasson**, Raphaëlle **Marcadal**, Chihiro **Masui**, Brigitte **Perrin**, Ryoko **Sekiguchi**, Jean-Luc **Toula-Breysse.**
- CONSEILLÈRE ÉDITORIALE : Dr Kathy **Bonan** (nutrition)
- CONCEPTION VISUELLE : Cyrille **Morillon**
- PUBLICITÉ : **01 42 08 50 47**
- IMPRESSION : **Groupe-Morault**
- DIRECTEUR DE LA PUBLICATION : Patrick **Duval**

WASABI EST UNE PUBLICATION THÉMA PRESS SARL,
40 RUE DE MOUZAIA, 75019 PARIS. TÉL : 01 42 08 50 47
MAIL : **wasabi@wasabi.fr**
SITES INTERNET : **www.wasabi.fr et www.chef-sushi.com**
ISSN : 1767-6142
Page Facebook : wasabi, le goût du Japon

SOMMAIRE















Un week-end très zen en Somme

A MOINS DE DEUX HEURES DE PARIS, AU COEUR DE LA BAIE DE SOMME, DÉCOUVREZ LES CHARMES D'UNE MAISON D'HÔTE INSPIRÉE DE LA TRADITION JAPONAISE

Par Patrick **DUVAL**

Pour la plupart des gens, un séjour au Japon est un événement important qui, bien souvent, modifie en profondeur la perception qu'ils ont du monde. C'est à l'évidence le cas pour le photographe Tibo Dhermy qui ne s'est pas contenté d'en rapporter de belles images mais a voulu recréer un « bout de Japon » chez lui, en terre picarde, à quelques centaines de mètres de la réserve naturelle du Marquenterre, et en faire profiter les autres.

D'une friche achetée en 2005, Tibo a fait jaillir, en un peu moins de trois ans, un « ecolodge » japonisant qu'il baptise « Le bruit de l'eau », nom qui évoque les *koan* (énigmes zen) que Tibo, en philosophe épris de culture asiatique, se plaît à étudier et même à inventer…

Composée de deux bâtiments principaux en bois, d'un *onsen* (bain japonais) chauffé au feu de bois et d'un dojo, cette maison d'hôtes unique en France, fonctionne un peu comme un *ryokan* (auberge à la japonaise) : on réserve sa chambre pour une nuit ou un week-end avec la possibilité, si on le souhaite, de dîner sur place. Tibo qui est aussi un grand expert de la gastronomie japonaise, passe alors derrière le comptoir et concocte devant vous un repas « kaiseki » à sa façon composé de 7 « saveurs » à base de produits locaux le plus souvent cultivés dans son jardin bio. Cet été, les clients les plus prévoyants (il ne faut surtout pas oublier de prévenir qu'on souhaite dîner sur place !) ont pu déguster un velouté de légumes au tofu, un poisson du jour en sashimi, une poêlée minute de moules de Bouchot au gingembre et shiitaké, des huîtres au saké, un chazuké (riz au thé) et une soupe miso au poivre de Sichuan.

C'est ici, dans un décor mi sauvage mi paysagé, que Tibo vous invite à vous ressourcer en vous faisant partager sa passion du Japon, présent dans chaque détail comme ce mini jardin minéral que Tibo ratisse chaque matin à la façon des moines zen ou encore ces immenses photos toutes signées du maître des lieux. Vous n'aurez pas besoin d'insister très longtemps pour que Tibo

Adresse

Ecolodge Le bruit de l'eau

1, chemin des matelots
F-80120 Saint Quentin-en-Tourmont
T. : 03 22 99 09 02
www.lebruitdeleau.org.
A partir de 179€/nuit.





Betterave et gingembre mariné saupoudrés de sésame au wasabi.



Derrière le bar, Tibo prépare les repas en évoquant le Japon avec ses hôtes.

vous parle de ses voyages, notamment ceux qu'il effectue régulièrement à Fukushima où il s'est précipité dès le lendemain de la catastrophe afin de témoigner, par l'image, de sa solidarité. Depuis, il y retourne tous les six mois environ, photographiant les mêmes sites et les mêmes personnes aux mêmes endroits pour suivre l'évolution de la situation. ■

ENTOMOPHAGIE

Vous reprendrez bien un p'tit ver ?

SUSHIS AUX SCARABÉES, AMUSE-BOUCHE AUX LARVES D'ABEILLES… UNE ASSOCIATION TOKYOÏTE A DÉCIDÉ DE REMETTRE LES INSECTES AU GOÛT DU JOUR

Par Tinka **KEMPTNER**

Je l'avoue, quand Wasabi m'a proposé d'enquêter sur les insectes consommés au Japon, j'ai un peu… tiqué. Mais après avoir testé une sauterelle grillée à l'apéro (on en trouve à la Grande Epicerie de Paris), un verrou mental a sauté. L'appréhension a fait place à la curiosité. C'était croquant, épicé, en un mot : étonnant !

Cette découverte, de nombreux Japonais l'ont faite avant moi pour qui manger des insectes est devenu aussi naturel que, pour nous, de gober des huîtres où des escargots ! « Depuis que j'ai découvert l'entomophagie (la consommation d'insectes), je ne suis plus jamais malade », s'enthousiasme Shoichi Uchiyama, fondateur de la *Konchu Ryori Kenkyukai,* une association de recherche sur la cuisine d'insectes qui organise depuis 2008 un festival à Tokyo. « Avant de sauter le pas, renchérit Giriko, journaliste freelance et membre de l'association, j'étais plutôt casanière. Maintenant, je passe le plus clair de mon temps dehors, à attraper des insectes ».

Mise en appétit, j'ai poursuivi l'enquête. J'ai ainsi appris qu'au Japon, on déguste de petites bêtes à six pattes depuis la nuit des temps. Source de protéines bienvenue pendant les périodes de disette, elles ont garni les tables de l'Archipel pendant des siècles. A tel point qu'en 1919, un rapport officiel listait 55 espèces d'insectes comme comestibles au Japon. ■■■



Plat original à base de grillons de David Faure, chef étoilé de l'Aphrodite.



© Photo : Manabu Oda

Séance de dégustation organisée par l'Association de recherche sur la cuisine d'insectes.

En savoir plus

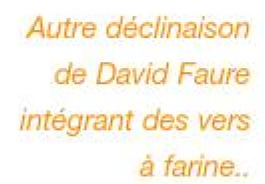
Les insectes nourriront-ils la planète ? de Jean-Baptiste de Panafieu, éditions Rouergue. Ecrit par un naturaliste qui a découvert l'entomophagie en goûtant des criquets à la sauce soja rapportés du Japon par un ami. Aujourd'hui, il en cuisine à son tour. « Une fois débarrassés de leurs ailes et de leurs pattes, les criquets font vraiment envie ! Ils ont une texture de crevette mais leur goût est plus végétal », assure-t-il.

Une solution **d'avenir**

Près d'un tiers de l'humanité, réparti sur 90 pays, se délecte d'environ 1700 espèces d'insectes comestibles. Riches en protéines, calcium et fer, faibles en graisses, rapides à reproduire, écologiques, les insectes ont plus que jamais le vent en poupe depuis que la FAO a décidé en début d'année d'encourager leur élevage de manière intensive. En France, un jeune entrepreneur, Cédric Auriol, a répondu à l'appel. Objectif de sa société Micronutris : produire d'ici la fin d'année 15 tonnes de vers à farine et de grillons. « Nous avons trois profils d'acheteurs : ceux qui veulent se faire leur Koh Lanta entre amis ; ceux qui connaissent déjà et qui veulent renouveler l'expérience et enfin ceux qui mangent des insectes pour leur propriétés nutritionnelles », note l'entrepreneur. Le coût prohibitif du kilo d'insectes déshydratés (1200 €) devrait fortement chuter dès l'année prochaine, avec l'optimisation du processus de fabrication. En fin d'année, la société lancera aussi une barre énergétique à base de vers de farine et de grillons moulus, commercialisée en grande distribution.

Si ces pratiques ont quasi disparu dans les grandes villes, certaines régions rurales les perpétuent (lire l'encadré ci-contre).
Reconquérir les citadins réfractaires, voici la mission du collectif tokyoïte. Pour éveiller les consciences, ils multiplient les initiatives tous azimuts : cours de cuisine, livres de recettes, projections de films, chasse aux criquets… Shoichi Uchiyama et ses amis grouillent d'idées. Depuis que la FAO (Organisation des Nations unies pour l'alimentation et l'agriculture) a décidé, en début d'année, d'encourager l'élevage d'insectes à grande échelle pour lutter contre la faim dans le monde, l'intérêt des médias japonais pour leurs activités n'a jamais été aussi vif. Et le nombre de curieux venus s'initier aux joies de la *konchu ryori* (cuisine d'insectes) ne cesse de grandir. Car si le Japon n'a pas connu de famine depuis longtemps, le pays est conscient de sa dépendance alimentaire vis-à-vis de l'étranger : 61% de ses denrées sont importées. A cela s'ajoute le souhait d'une plus grande traçabilité des aliments, surtout depuis la catastrophe de Fukushima. Et quoi de plus « traçable » que des insectes élevés dans de petits bacs chez soi, avec des légumes bio, comme le font les membres du collectif tokyoïte ?
Certes, les arguments nutritifs en faveur de l'entomophagie ne manquent pas. Mais qu'en est-il du goût ? Si deux milliards d'humains mangent des insectes en Asie, en Amérique latine et en Afrique, ce n'est pas uniquement pour se nourrir. C'est aussi pour se délecter. « Prenez la punaise d'eau géante : sa chair est assez fruitée, on y retrouve des arômes de banane et de poire », s'extasie Shoichi Uchiyama. Un régal des papilles en somme. A chaque insecte sa saison : au printemps, c'est le temps des larves, véritable caviar des entomophages. Les cigales atteignent, elles, leur zénith gustatif en été. A la clé : une chair proche des crevettes aux notes de noisette. A l'automne, place enfin aux sauterelles et à leur texture croquante à souhait !
Grâce à ces agitateurs des papilles, les restaurants de sushis proposeront-ils bientôt des bouchées de riz aux hannetons ou aux larves d'abeilles ? Pour l'heure, on ne compte qu'une quinzaine de restaurants d'insectes à Tokyo. Mais le coup de projecteur dont ces lieux bénéficient ces temps-ci pourrait faire naître des vocations. Le zoo de Tokyo organise régulière-


Préparation de canapés aux inscetes variés.


Autre déclinaison de David Faure intégrant des vers à farine..



ment des séances d'entomophagie pour initier les mangeurs de demain. Les médias nippons de leur côté ne manquent pas de rappeler que le plat favori de l'Empereur Hirohito était un bol de riz garni de guêpes en conserve (mélange de larves, nymphes et adultes). Il y a trente ans, qui aurait parié sur le succès du poisson cru en Occident ? Aujourd'hui, on engloutit des sushis par millions. Pourquoi pas des insectes ?
Le changement de mentalité ne se fera pas du jour au lendemain, certes. « Manger des insectes m'a appris à quel point il est difficile de changer les habitudes alimentaires, y compris les miennes, assure Shinjiro Saeko, doctorant en entomologie appliquée. Enfant, je mangeais des larves de frelon et des sauterelles, mais aujourd'hui encore, quand je ne connais pas un insecte, j'hésite avant de l'avaler. Mais si je lui trouve bon goût, ma répulsion s'évapore aussitôt. »
Un article recent du *New-York Times* intitulé "Waiter, there's a bug in my soup !" (Garçon, il y a un insecte dans ma soupe !) semblait indiquer qu'il serait de plus en plus difficile de se faire rembourser son plat sous un prétexte aussi fallacieux. D'ici à ce qu'on vous fasse payer un supplément…



Dégustation d'insectes à Tokyo.

Nagano, le paradis des mangeurs d'insectes

Connue pour avoir organisé les JO d'hiver de 1998, la région de Nagano brille aussi par son goût immodéré pour les larves d'abeilles et de guêpes (hachinoko), les sauterelles (inago) et les larves de phryganes (zazamushi). Qu'elles soient consommées grillées, mijotées au soja et au mirin ou enrobées de miel, ces délicatesses ont apporté pendant des siècles des protéines à une population éloignée de la mer. Ancien haut lieu de la production de soie, Nagano voue aussi un culte aux chrysalides de vers à soie (sanagi), vendues en conserve dans les supermarchés locaux. Quant aux criquets de riz (Oxya japonica), les habitants de la région les adorent enrobés de sauce de soja caramélisée.

En France aussi…

A la Belle Epoque, les grillons au chocolat se grignotaient dans les guinguettes autour de Paris. Un chef étoilé français, David Faure, croit possible de redonner aux gourmets le goût des insectes : depuis avril, son restaurant l'Aphrodite à Nice (1) sert des vers de farine et des grillons dans le cadre d'un menu gastronomique. « Pour moi, ce sont des ingrédients comme les autres, c'est leur goût qui m'intéresse. » Et de s'extasier sur les notes de cacahuète des vers de farine : « Une fois grillés, ils prennent des arômes de carapaces de crevettes cuites. Quant aux grillons, on est sur des notes de maïs, de popcorn ! » Une approche audacieuse qui lui a valu un intérêt médiatique important mais aussi quelques lettres peu amènes de la part de farouches défenseurs de la gastronomie française. Interrogés par le magazine Trois Etoiles, les les chefs Guy Savoy, Alain Passard et Pierre Gagnaire ont, quant à eux, salué son cran.
(1) 10 Boulevard Dubouchage 06000 Nice
T. : 04 93 85 63 53

Wasabi please !

LES JAPONAIS N'EN REVIENNENT PAS ! A COMMENCER PAR TOSHIRO KURODA, PATRON D'ISSE WORKSHOP EN COMPAGNIE DUQUEL NOUS AVONS VISITÉ LA TOUTE PREMIÈRE PLANTATION DE WASABI EUROPÉEN, AU SUD DE LA GRANDE-BRETAGNE



Par Patrick **DUVAL**

Autant l'avouer, nous étions franchement sceptiques lorsque Romain Doyotte, importateur de produits rares, nous a proposé de goûter du wasabi *made in England* tout juste sorti de terre.

Mais après tout, les Japonais produisent bien du whisky (et du bon !) alors pourquoi les Anglais ne cultiveraient-ils pas du wasabi ? Il suffisait juste que quelqu'un en ait l'idée et que les conditions climatiques et géographiques s'y prêtent… Enfin presque, car cultiver du wasabi ne s'improvise pas vraiment. Cette racine qui ne pousse qu'irriguée par de l'eau vive nécessite en effet des tech-


Photo Kuroshio/TheWasabiCompany

Toshiro Kuroda découvre les premières racines.

niques très particulières dont les Japonais étaient jusqu'ici les détenteurs exclusifs. Aussi, lorsque Jon Old, le fils du pdg de la Watercress Company, a commencé à s'intéresser au wasabi, il a fallu partir de zéro : « C'est un chef japonais qui, après avoir visité nos plantations de cresson en Espagne, m'a suggéré d'essayer le wasabi. Car le wasabi, comme le cresson, a besoin d'eau courante pour pousser. Mais le wasabi a bien d'autres exigences dont nous n'avions pas la moindre idée. » A commencer par le climat. Celui de l'Espagne était trop chaud mais celui de la Grande-Bretagne semblait a priori convenir.

La racine de wasabi avant nettoyage et brossage.

A partir de là, Jon aurait pu se rendre incognito chez des producteurs de wasabi au Japon et copier leurs méthodes. Mais, peut-être par fierté, il a préféré développer ses propres techniques quitte à commettre quelques erreurs. « De toute façon, les conditions climatiques et géologiques étant très différentes en Angleterre, cela n'aurait servi à rien de reproduire à la lettre les techniques japonaises. »

Il a quand même fait traduire du japonais un manuel pratique consacré à ce rhizome afin d'avoir au moins les grandes directions. Malgré cela, il aura fallu près de quatre ans



Jon Old surveille son wasabi comme le lait sur le feu.

de tâtonnements à la Watercress Company pour produire un wasabi de qualité. Lorsque les premières racines ont été récoltées, Jon a foncé chez son ami Raymond Blanc, un chef français très connu en Grande-Bretagne, qui s'est montré plus qu'enthousiaste et a tout de suite imaginé des tas de recettes utilisant le wasabi frais.

Aujourd'hui, Jon est partagé entre le désir de faire connaître son produit et une méfiance bien compréhensible vis-à-vis d'éventuels copieurs. Il veut bien faire visiter ses plantations mais il exige des visiteurs qu'ils se bandent les yeux durant les dix dernières minutes d'approche du champ. De plus, vu le prix des racines (près de 30 € les 100g), on comprend que le lieu de production doive rester secret...

Depuis l'aéroport de Southampton, il faut environ une heure pour se rendre à la « ferme de wasabi » située, nous n'en saurons pas plus, entre le Dorset et le Hampshire.

Lorsque la voiture s'arrête et qu'on nous ôte les bandeaux, nous nous trouvons devant une parcelle de terrain entièrement recouverte d'une sorte de gaze noire placée là, nous explique-t-on, pour filtrer les rayons du soleil. Le wasabi a en effet autant besoin d'ombre que d'humidité. En pénétrant dans ce qui ressemble à une immense serre couverte, on pourrait penser à première vue, qu'il s'agit de haricots ou de salades car on ne voit qu'une étendue de larges feuilles. Mais si l'on se baisse un peu, on se rend compte que les tiges sont plantées sur des monticules caillouteux bien alignés, séparés par des rigoles d'eau courante.

D'une main sûre, Jon arrache une botte entière au bout de laquelle se balancent 4 grosses racines qu'il suffira ensuite de brosser légèrement puis de râper (sur une peau de requin si l'on veut respecter la tradition nippone) au moment de la consommer.

Pour goûter le wasabi anglais, M. Kuroda a apporté avec lui une sauce soja grand cru (vendue 40 € la petite bouteille dans son épicerie de la rue Saint-Augustin à Paris) ainsi, bien sûr, qu'une bonne bouteille de saké ! Nos hôtes ont, quant à eux, dressé une petite table en plein champ recouverte d'une nappe à carreaux -*typically French* ! - avec des huîtres et du crabe pour faire honneur au wasabi ! Avant même d'être râpé, et même en plein air, le wasabi dégage un parfum extraordinaire de sous-bois et de mélisse. Au goût, c'est une explosion de saveurs végétales qui n'a strictement rien à voir avec le wasabi servi dans 99,9 % des restaurants japonais et qui est, en réalité, du raifort teinté de vert. Alors que ce dernier pique la langue et le palais, le vrai wasabi a tendance à développer son piquant au niveau des sinus donnant une sensation beaucoup plus naturelle. Sa couleur vert pale est également bien différente du vert fluo du wasabi en tube.

Verdict de Toshiro Kuroda : le wasabi anglais vaut largement le japonais. Il le conseillera désormais aux nombreux chefs étoilés qui viennent se fournir dans son épicerie et qui sont toujours à la recherche de nouvelles saveurs. Après les très tendance shiso ou yuzu, le wasabi frais pourrait bien devenir la nouvelle coqueluche des grandes tables françaises…

La râpe idéale pour le wasabi : une peau de requin.

Préparer et conserver
le wasabi frais

- Après avoir rincé la racine à l'eau froide, couper les tiges à ras et débarrasser la racine de toutes les parties dures.
- Puis, râper le wasabi en faisant des mouvements circulaires en commençant par le côté des tiges. C'est la partie la moins piquante. Avec une petite brosse en bambou, retirer la pâte qui s'est formée et laisser reposer 4 à 5 minutes avant de servir.
- Attention, le wasabi frais perd son goût et son piquant au contact de l'air au bout de 15 à 20 minutes. Aussi, il est conseillé d'en faire une boulette afin de minimiser le contact avec l'air.
- Vous pourrez conserver une racine une dizaine de jours en la conservant au frigo dans un bol ouvert, enveloppée dans un linge ou un papier mouillé. Rincer à l'eau froide tous les 3 ou 4 jours.

Pour commander du wasabi frais, contacter Romain Doyotte par mail : wasabi@kuroshio.eu ou sur www.kuroshio.eu.



Photo Kuroshio/TheWasabiCompany

Tempura

Le Portugal au bout des baguettes !

Pour certains, le mot « tempura » viendrait de l'espagnol *tempora*, qui signifie « jour maigre » : le jour où les Chrétiens s'abstiennent traditionnellement de viande, remplacée dans l'assiette par des œufs ou du poisson. D'autres affirment qu'il vient du portugais *tempero* ou *temperar*, qui veut dire « assaisonnement », « assaisonner »… Ce qui est sûr, c'est que ce plat fut introduit sur l'archipel au XVIe siècle par les premiers visiteurs en provenance du vieux continent.

Par Ryoko **Sekiguchi**

La tempura est devenue un vrai mets populaire à l'époque d'Edo. Le goût s'en est popularisé par l'intermédiaire des habitants de la ville d'Edo (le Tokyo d'aujourd'hui), qui en étaient friands. De petite bourgade de province qu'elle était, Edo avait été soudain promue capitale du shôgunat ; il y avait grand besoin de main-d'œuvre dans la ville. Si l'on ajoute aux travailleurs tous les commerçants et les samouraïs de province qui devaient monter régulièrement à la capitale, on imagine une ville largement peuplée de célibataires, clientèle idéale pour la cuisine de rue et autres plats d'échoppe.

Le « fish and chips » de l'ère Edo

La tempura répondait parfaitement à ces besoins : dans la mesure où il était interdit aux particuliers de faire usage de feu et d'huile, ce plat ne pouvait se consommer qu'à l'extérieur. Il en est ainsi de nombreux plats aujourd'hui réputés, représentatifs de la cuisine japonaise, comme le sushi, le *soba*, l'anguille grillée, ou le *motchi* (pâte de riz) : tous se sont développés comme « fast-food », et répandus à cette époque-là. De nos jours, la pâte à tempura est constituée de farine, d'eau et d'œufs, mais à l'époque, on se contentait de farine et d'eau. Ce qui laisse supposer une consistance plus proche de celle du beignet occidental, avec une croûte plus épaisse, capable de satisfaire l'appétit



Jusqu'au XVIe siècle, l'utilisation de l'huile en cuisine était plutôt rare.



des travailleurs. Pour éviter de se salir les doigts, les tempuras étaient souvent servies sur une brochette. Quant aux ingrédients de base, c'étaient les poissons qu'on pêchait au large de Tokyo : anguilles, crevettes et coquillages. La tempura, c'était un peu le *fish & chips* des Japonais de l'ère d'Edo.

Du plat de rue au plat de luxe

Bien sûr, la tempura n'est pas restée cantonnée à son statut de plat populaire. Car cette même époque Edo (1603-1868) voit émerger les trois grands modes de cuisine constituant les bases de la gastronomie japonaise : *honzen ryôri*, cuisine de l'aristocratie et des daimyôs ; *kaiseki ryôri* ; et *shôjin ryôri/fucha ryôri*, cuisine végétarienne influencée par le bouddhisme et la cuisine chinoise. Un livre de recettes datant de 1822 publié par le restaurant Yaozen –l'un des plus réputés de l'époque d'Edo - intègre la tempura en lui donnant le nom d'*abura-age* (« friture à l'huile »). Pour cet établissement de luxe, ce plat qui n'a plus rien de populaire se décline autour d'ingrédients délicats comme la daurade, les huîtres, la fougère, les haricots, les racines de lotus et la patate douce.

Ces deux tendances, tempura populaire et tempura de luxe, coexistent encore aujourd'hui, et l'on trouve au Japon aussi bien des tempuras bon marché dans les rayons des grandes surfaces que des tempuras plus raffinées dans les restaurants gastronomiques. D'ailleurs, c'est sans doute là une particularité remarquable de nombreux de plats de l'Edo de cette époque qu'ils ne sont pas considérés exclusivement comme un plat populaire ou comme un plat de luxe ; ils se développent sous deux variantes très différentes, mais dans lesquelles se laisse tou-

Une pâte très fine ne masque pas totalement les ingrédients.



Le kakiage : un méli-mélo d'ingrédients tenus ensemble par la pâte.

jours bien reconnaître le même plat de base, avec la même appellation, aux deux extrémités de la culture alimentaire ; le sushi et le *soba* en sont d'autres exemples.

Pour la tempura, on a d'un côté les professionnels, qui cherchent à réaliser des tempuras les plus aériennes possibles, au point de faire oublier qu'elles sont frites. Ce résultat paradoxal est évidemment très difficile à atteindre, ce qui vaut à la tempura de passer, avec le sushi, pour l'un des plats les plus difficiles à réaliser, en dépit d'une procédure d'apparence simple. Décrivant sa tempura, le chef Kondô Fumio explique : « Elle est très légère, pas du tout huileuse (…). Dans le cadre d'une émission, on a mesuré l'apport calorique de mes plats et il s'est avéré que ma tempura en contient moitié moins que la tempura préparée à la maison ».

Le chef va jusqu'à affirmer que sa tempura n'est pas de la friture : « Je la vois pour ainsi dire comme un plat cuit à la vapeur. Lorsque vous sortez une tempura de l'huile bouillante, la chaleur résiduelle fait que la cuisson se poursuit à la vapeur, à l'intérieur de la pâte frite, ce qui permet de faire ressortir sa saveur particulière ». (on pourra lire un passionnant entretien avec le chef Kondô sur : www.nippon.com/fr/people/e00012/).

Pourtant, une telle sophistication, proche de la magie, n'a pas empêché la tempura de rester un mets populaire. On la trouve aussi bien en plat de midi à 4 € sur les stands de rue, qu'en dîner convivial à la maison. Malheureusement, la tempura est encore la première cause d'incendie domestique au Japon, ce qui donne une idée du nombre de Japonais qui la cuisinent chez eux. La farine à tempura se vend en version « prête à l'emploi » dans les supermarchés, et de nombreux foyers possèdent un égouttoir spécial, qui permet de réutiliser l'huile de friture. Chaque foyer a aussi ses ingrédients préférés, et tout le monde conserve le souvenir de sa « tempura maison » comme de quelque chose de précieux, un bon souvenir de famille… Car comme la fondue en France, la tempura est toujours un repas qu'on partage.

Des tempuras à l'infini…

Dès lors que les Japonais ont eu connaissance des techniques de cuisson à l'huile, ils l'ont appliquée à toutes sortes d'ingrédients. Il existe donc de nombreuses variétés de tempuras parmi lesquelles les plus populaires sont :

▮ *Shôjin-age*

On appelle ainsi les tempuras de légumes. A l'époque d'Edo, « tempura » désignait avant tout les tempuras de poissons, et même de nos jours où l'on fait des tempuras avec n'importe quel ingrédient, l'appellation demeure distincte.

▮ *Kakiage*

On mélange à la pâte plusieurs ingrédients, de préférence de petite taille, pour former

Le tendon est un bol de riz sur lequel sont posées des tempuras.



une sorte de petit disque à frire. Il s'agissait traditionnellement de mélanges de coquillages et petites crevettes avec des herbes aromatiques, mais on peut les remplacer par des fèves, de petits poissons, ou à la maison par des légumes : carottes ou racines de grande bardane coupés en lamelles, oignons...

Tendon

Le mot « tendon » se compose de « ten », de « tempura », et de « don », qui désigne un plat composé de riz mis dans un bol et surmonté d'une couche de différents ingrédients. On dépose les tempuras sur le riz chaud, dans un grand bol, et l'on verse sur le tout une sauce chaude à base de sauce de soja. La gourmandise de ce plat ne réside pas seulement dans les tempuras elles-mêmes, mais aussi dans le riz trempé de sauce. Comme on peut l'imaginer, il s'agit d'un plat généreux, facile à avaler à l'heure du déjeuner.

Tempura-soba

Il y a plusieurs variétés de *soba* (nouilles à base de farine de sarrasin), mêlées de friture (*tanuki-soba*, avec des miettes de friture, *kakiage-soba*, avec des *kakiage*), probablement pour accentuer le goût du *soba*, relativement neutre par lui-même. En tous les cas, *soba* et tempura s'étant tous deux développés à l'époque d'Edo comme en-cas à manger sur le pouce, il est tout à fait concevable que ce mélange ait été inventé dans la rue, dans l'alignement des échoppes qui les proposaient côte à côte…

Satsuma-age

Dans certaines régions de l'ouest et de sud du Japon, « tempura » désigne un pâté de poisson frit. On retrouve souvent les variantes inscrites dans le nom du plat, dans la forme d'un suffixe ; ainsi : *ika-ten* (« tempura de calamar »), *gobô-ten* (« tempura de *gobô* »)... Ce plat peut

se consommer tel quel, ou sauté à la poêle, mijoté, ou encore détaillé en morceaux et mélangé avec des légumes.

Chikiagi

Le *chikiagi* (dit aussi *tukeage* dans la région de Kagoshima) pourrait bien avoir des origines communes avec les tempuras du sud du Japon. Il s'agit d'un mélange de pâté de poisson et de légumes émincés (*gobô*, carottes).

A Okinawa, il existe aussi des tempuras semblables à des beignets, à la croûte plus épaisse que dans les autres régions. Outre les tempuras de poisson, elles comprennent des tempuras au *mozuku* (sorte d'algue en forme de filaments, qui pousse principalement sur les rivages d'Okinawa). Une autre spécialité (si tant est qu'on puisse la ranger dans la catégorie des tempuras) est le *sâtândagî*, qui est une sorte de « tempura » sucrée. Ce *doughnut* okinawaïen, qui est un plat traditionnel, viendrait probablement de la Chine.

A Okinawa, les tempuras se consomment encore comme à l'époque d'Edo, c'est-à-dire comme un *snack*, en cas de petit creux au retour de l'école, ou pour accompagner la bière… Elles sont d'ailleurs très peu chères, une tempura n'excédant pas les 30 à 40 centimes. Par l'épaisseur de sa pâte comme par son mode de consommation, la tempura d'Okinawa est sans doute la plus proche de ce qu'elle pouvait être à l'époque d'Edo…

Comment réussir une bonne tempura ?

Voici quelques clefs pour réussir une bonne tempura, telle qu'on la prépare dans de nombreux foyers :

1 - Pour éviter que la pâte ne soit trop épaisse, il faut choisir une farine de type 65, pauvre en gluten.

2 - Les proportions de farine et d'eau sont de 1 pour 2 : une mesure de farine pour deux mesures d'eau. Pour 500ml d'eau, ajouter 1 à 2 œuf et 250 ml de farine. Mélangez d'abord l'eau et l'œuf, avant d'ajouter la farine, en trois fois.

3 - L'eau doit être bien froide ; certains chefs vont jusqu'à utiliser des glaçons à



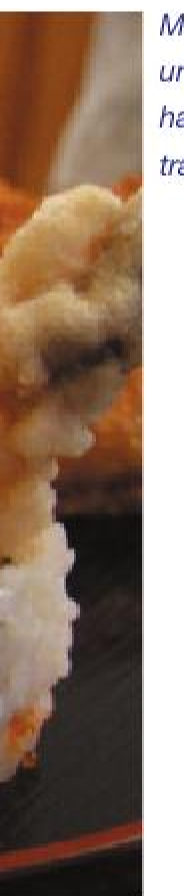
la place de l'eau. Il en va de même de la farine et de l'œuf, ils doivent juste sortir du réfrigérateur. Si possible, le bol dans lequel on effectue le mélange doit être froid lui aussi. Par ailleurs, il faut se garder de trop mélanger l'eau et la farine pour éviter que la farine devienne glutineuse.

4 - Ensuite, on peut éventuellement saupoudrer une pincée de farine sur l'ingrédient avant de le tremper dans la préparation, pour faciliter l'adhérence de la pâte.

5 - Veillez à maintenir l'huile à température constante, à 180°C, et à ne pas mettre trop d'ingrédients à frire à la fois, pour éviter que la température ne chute. Une friture à basse température donnera une tempura huileuse. Pour vérifier la température, plongez un peu de pâte dans l'huile : si elle remonte à mi-hauteur de la friteuse, c'est signe que l'huile est prête à accueillir vos tempuras.

6 - Evidemment, n'utilisez jamais d'huile rance ou vieillie !

Comme ingrédients à frire, poissons, crevettes, calamars, coquillages, racines de lotus, aubergines, patates douces, asper-



Maki à la tempura : un plat qui mélange habilement les deux traditions.

ges, shiitake ou pleurotes sont de grands classiques... Libre à vous d'expérimenter avec d'autres ingrédients de votre choix, selon la saison. Il convient seulement d'éviter les poissons à chair rouge, les poissons trop gras, ou les ingrédients trop forts en goût, qui risqueraient de parfumer l'huile et d'altérer la saveur des autres ingrédients. Une fois cuites, vos tempuras peuvent être trempées dans un *ten-tsuyu* (obtenu en portant à ébullition un mélange de un volume de mirin, un volume de sauce de soja et quatre volumes d'eau auquel on ajoutera du *katsuo-bushi* avant d'éteindre le feu et de tamiser), avec du daikon ou du gingembre râpé. Elles peuvent également être accompagnées du sel, d'un mélange de sel et de *matcha*, ou bien de jus de *yuzu*...

Où mange-t-on les meilleurs tempuras au Japon et à Paris ?

Les restaurants de tempura les plus réputés se trouvent dans l'ancien quartier chic de Ginza. Kondô (deux étoiles au Michelin) et Ten'ichi (ouvert depuis 1931) en sont de bons exemples. Les prix de ces restaurants hautement réputés sont loin d'être "populaires". Chez Kondô, il faut compter au minimum 150 € par repas et chez Ten'ichi entre 120 et 500 € !

L'astuce consiste à aller manger sa tempura à midi. A Ôsaka, on trouve des restaurants comme Tsuchiya ou Yotaro, plus intimes que les chaînes de luxe, où l'on peut déjeuner aux alentours de 20 €, alors que le dîner ne coûte pas moins de 80 €.

A Paris, on peut déguster d'excellentes tempura chez Zen (8 rue de l'Echelle, 1er, et chez Issé Izakaya, 45 rue de Richelieu, 2e).

Au nom de Dieu et de la **tempura !**



Par Jean-Luc **Toula-Breysse**

En 1585, le père Luis Frôis rapporte dans son *Traité* (publié aux éditions Chandeigne) « les contradictions de mœurs entre Européens et Japonais ». Au chapitre *De la manière de boire et de manger des Japonais*, il note : « tandis que nous mangeons toutes choses avec nos doigts ; les Japonais, hommes et femmes, dès l'enfance, utilisent deux baguettes. » Le contenu des repas l'étonne encore bien plus :

« Les gens en Europe se délectent de poisson grillé ou bouilli ; les Japonais apprécient bien davantage de le manger cru. »

« L'eau que nous buvons hors des repas doit être froide et claire ; celle des Japonais doit être chaude avec de la poudre de thé battue

BIEN AVANT LES HOLLANDAIS ET LES BRITANNIQUES, LES PORTUGAIS SONT, DÈS 1543, LES PREMIERS EUROPÉENS À ATTEINDRE LES CÔTES JAPONAISES. VENUS ÉVANGÉLISER LES POPULATIONS, SAINT-FRANÇOIS XAVIER ET SES COMPAGNONS LAISSERONT PLUS DE TRACES DANS LES ASSIETTES QUE DANS LES ÂMES NIPPONNES



Rouleau représentant les premiers visiteurs portugais..

avec une brosse de bambou. » L'ecclésiastique, qui résida plus de trente ans dans l'archipel, constate, bien avant Henri Michaux *Le Barbare en Asie* et de manière sibylline, que nos us et coutume paraissent moins subtils. « Au Portugal, nous mangeons du riz sans sel comme médecine, pour tarir les dysenteries ; chez les Japonais, le riz cuit sans sel est leur nourriture quotidienne comme chez nous le pain. »

Pourtant, les Japonais éprouvèrent la même curiosité pour ces Barbares du sud (ou *Nanban* comme ils les appelaient à l'époque) et pour leur façon de se nourrir. Sans remplacer le *gohan* (riz cuit), le pain (*pâo* en portugais, *pan* en japonais) fait son entrée sur l'archipel et est adopté immédiatement, eucharistie oblige. Les premiers boulangers apparaissent à Nagasaki et sur l'île de Hirado (là même où les Portugais établirent un comptoir commercial). Les habitants prisent cette nouvelle nourriture, particulièrement entre les repas. Alors que Saint François Xavier et les missionnaires de la Compagnie de Jésus évangélisent et commencent à faire manger de la viande aux convertis malgré les préceptes bouddhiques l'interdisant, les commerçants portugais introduisent non seulement les armes à feu au Japon mais aussi le piment rouge, la courgette, le maïs, la patate douce et la pomme de terre. Ces légumes ont fait un long voyage. Originaire des Amériques, ils débarquent en Europe, passent par l'Afrique et les Indes pour atteindre les côtes japonaises puis y être cultivés.

Les fritures portugaises se nipponiseront pour devenir des *tempura*. Cette préparation culinaire, composée de poissons, de légumes ou de crustacés enrobés d'un pâte de farine, d'eau et de jaune d'œuf, frite dans de l'huile végétale, fait figure désormais d'incontournable dans la gastronomie japonaise. Pour preuve, les *tempura* sont classés parmi les dix plats préférés des Japonais.

Les Européens arrivent également avec de nouvelles recettes à base de sucre et d'œufs. Le *castella* est le digne représentant de cet improbable mariage gourmand. Le terme *castella* est un dérivé de *pâo de Castilla*, littéralement « pain de Castille », aujourd'hui, c'est un classique de la pâtisserie japonaise. Fondée en 1624, la maison Fukusaya, à Nagasaki, gardienne de recettes jalousement détenues, demeure l'une des adresses les plus renommées de *castella*. Aujourd'hui, de l'autre côté de l'Eurasie, au cœur de Lisbonne, le salon de thé porto-japonais, appelé « Castella do Paulo » (voir notre article Week-end japonais à Lisbonne P. 22) a fait revenir ce gâteau sur ses terres d'origine. Il a fallu pour cela que Paulo Duarte, le maître des lieux, aille réapprendre au Japon cette technique portugaise... Avec son épouse Tomoka qui reçoit aimablement ses hôtes en salle, le pâtissier propose aujourd'hui plusieurs recettes de *castella* dont un *matcha castella* des plus goûteux.

Week-end nippon à Lisbonne

UN WASABI SPÉCIAL TEMPURA ? IL N'EN FALLAIT PAS PLUS POUR NOUS INCITER À TESTER LES RESTAURANTS JAPONAIS DE LISBONNE OU PLUS PERSONNE NE SE SOUVIENT DE L'INFLUENCE QU'A PU AVOIR LE PORTUGAL SUR LA GASTRONOMIE JAPONAISE !

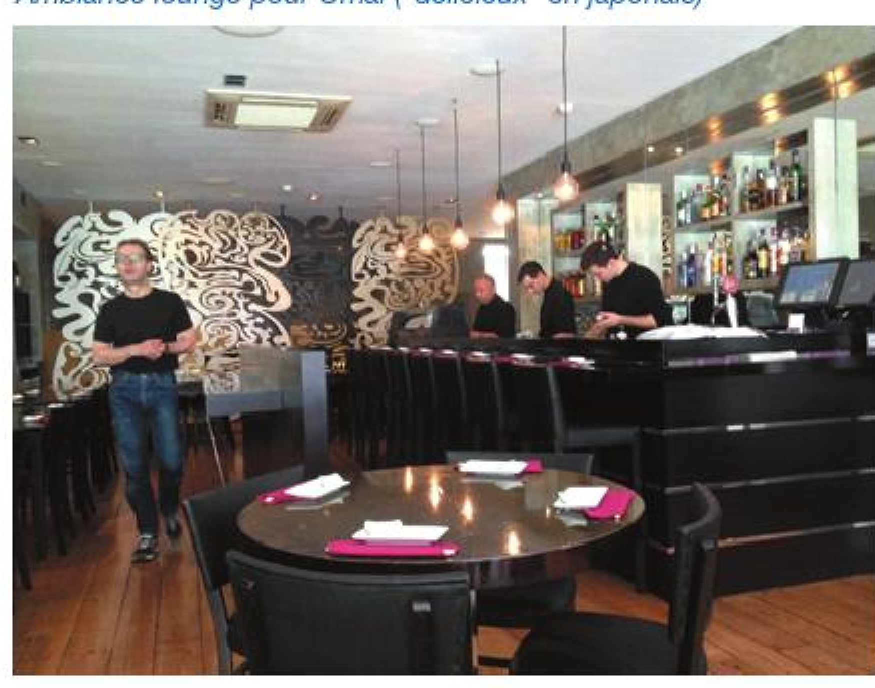
Par Patrick **MANASSON**

UMAI

Men in black

Situé dans le Chiado, l'un des quartiers chics de Lisbonne, ce restaurant appartient, tout comme Izakaya, à Paulo Morais, Portugais, certes, mais grand amateur de cuisine asiatique en général et japonaise en particulier. Adossé au classieux hôtel Mercy, Umai se présente comme l'un de ces innombrables japonais internationaux de style « lounge » généralement organisés autour d'un long comptoir derrière lequel œuvre une armée de sushimen en costume noir plus ou moins japonais et surtout plus ou moins doués… Le genre d'endroit où, en dehors du Japon, la qualité des plats est inversement proportionnelle au raffinement du décor. Ce n'est pourtant pas le cas ici où, malgré la présence sur la carte de plats thaïlandais et vietnamiens, on sent à la fois un respect du produit et du goût japonais. Le chirashi, plutôt généreux, comprend quatre sortes de poisson (daurade, turbot, thon et saumon tout cela bien frais) ainsi que des œufs de poisson volant de différentes couleurs. Seul bémol : la crevette cuite comme pour la paëlla et franchement farineuse relève de l'erreur de casting. Même si le riz manque un peu d'assaisonnement, l'ensemble fut agréable à déguster. On retrouve, sans surprise, les mêmes poissons et le même riz que dans le chirashi servis sous forme de nigiri. Pour le menu du midi, ceux-ci sont accompagnés, en entrée,


En entrée : gyoza et aubergines au miso chez Umai.

Ambiance lounge pour Umai ("délicieux" en japonais)




© Photo kenji

Le takoyaki saupoudré de bonite séchée chez Bonsai.

d'aubergine au miso (malheureusement pas assez cuite) et de gyozas un peu légers en goût (y avait-il vraiment de la viande à l'intérieur ?). Au total, du sushi pas japonais à 100% mais néanmoins tout à fait acceptable. Comptez une vingtaine d'euros pour un menu sushi assez copieux.

Umai, Rua da Misericordia 78, T. : 2134-79232.

BONSAI

Cuisine familiale nippo-portugaise

Avec près de 25 ans d'existence, Bonsai est sans contestation possible, le plus ancien restaurant japonais de Lisbonne. C'est également, de notre point de vue, le plus authentiquement japonais même si seule un chef sur deux (une femme) est japonaise. Fidèles à nos habitudes, nous commandons d'entrée de jeu nos plats fétiches, l'*agedashidofu* (tofu frit) et le *nasu dengaku* (aubergine au miso), plats qui ne souffrent pas l'à-peu-près et permettent de se faire d'emblée une idée de la qualité générale d'un restaurant. Très bons l'un comme l'autre même si le miso de l'aubergine aurait gagné à être un peu moins sucré. Nous enchaînerons sur un plat qu'on trouve rarement hors du Japon, le *takoyaki* : un beignet tout rond enfermant un morceau de poulpe et servi avec de la mayonnaise et une sauce sucrée proche de la sauce tonkatsu. Là encore, le plat est réussi ce qui n'a rien d'étonnant dans la mesure où tout ce qui est friture a été importé au Japon



Le takoyaki saupoudré de bonite séchée chez Bonsai.

Bonsai, le doyen des japonais de Lisbonne.

par les Portugais. Pour en avoir confirmation, nous avons commandé quelques tempuras de légumes, également délicieux. Bonsaï nous a aussi convaincus par ses sushis : riz parfait, chinchard bien brillant servi avec une pointe de gingembre et surtout thon gras (*otoro*) hyper fondant. La patronne nous confiera qu'elle doit se battre pour acheter son thon « Bluefin » (le fameux thon rouge de Méditerranée) à des pêcheurs de Cascais dont la quasi-totalité de la production part au Japon. Déception, en revanche, pour le *sukiyaki* (viande trop dure) et pour l'anguille servie en kabayaki mais si épaisse et si résistante qu'on ne peut la couper avec des baguettes. Signalons néanmoins les excellents desserts réalisés par Madame : un délicat tiramisu au thé vert et

Délicat : le tartare de thon gras du Bonsaï.



une crème de patate douce joliment accompagnée d'une boule de glace vanille.

Environ 50 € le soir avec du vin.

Bonsai, rua de Rosa, 244. T. : 213-462515

Le chef sushi de Tomo en pleine action.



TOMO

Un ami qui vous veut du bien

Il faut, pour se rendre dans ce restaurant, emprunter le tramway n°15 depuis la place Figueira et descendre au terminus : Alges, soit une bonne demi-heure de route à laquelle il faut encore ajouter un bon quart d'heure à pied. Au point qu'on en vient à douter que des « vrais » japonais aient sciemment choisi de s'installer si loin du centre ville de Lisbonne. Et pourtant, Tomo (ami en japonais) est bien une authentique sushiya tenue par un couple de « vrais » Japonais et qui n'a rien à envier à celles du quartier Sainte-Anne à Paris. Nous y sommes allés pour déjeuner et avons donc testé deux formules du midi : le chirashi et le bento spécial (20 €) comprenant des sashimi (thon gras, saumon, daurade), une portion de porc pané, une autre de poulet frit, un morceau de saumon grillé, 3 maki de thon gras, un gunkan d'œufs de saumon, un sushi au thon et un autre au turbot ! Cet aperçu permet de se rendre compte que la vraie spécialité de la maison, ce sont les sushi et qu'il vaut mieux éviter les fritures, à la fois trop grasses (poulet) et trop cuites (tonkatsu). Le poisson est en revanche d'une fraîcheur impressionnante et le riz de qualité parfaite. Comme chez Bonsaï, le thon gras est servi généreusement qu'on choisisse de le consommer en sushi, en sashimi ou en maki même dans les menus de midi... On pourra faire l'impasse sur les desserts sans originalité ni beaucoup de goût. Menus de midi autour de 20 à 25 €.

Tomo, Largo Commandante Augusto Madureira, N2-A, Alges. T. : 21301-0505

Copieux et varié, le bento spécial de Tomo.



UMAI (IZAKAYA)

Petits plats nippons et vins portugais

Paulo Morais qui possède déjà un restaurant à Chiado en a ouvert ici un second sur le modèle des izakaya (bistro à saké) tels qu'on en trouve dans les grandes villes japonaises. Le principe : on commande des petits plats qu'on avale en deux ou trois bouchées dont la fonction principale est d'accompagner le saké. Sauf qu'ici, le choix des clients se porte plutôt sur le vin (belle carte de vins portugais des 3 principales régions viticoles du pays). Ayant déjà goûté (et apprécié) les sushi de Umai n°1, nous avons commandé des petits plats chauds assez originaux comme les takoyaki, l'okonomiyaki, les tempura aux légumes, les épinards à la sauce sésame ou encore le chawanmushi. Malgré de très louables efforts pour retrouver le goût japonais l'équipe de Paulo est assez loin du compte. Pas de problème majeur sur les takoyaki ou les tempura





Originales : les brochettes panées d'Umai Izakaya.



Dispensables : les macarons au foie de turbot.

très corrects l'un et l'autre mais il reste encore beaucoup de chemin à parcourir pour le *chawanmushi* (absence totale de dashi !) ou les épinards au sésame, beaucoup trop cuits et trop salés. Quant aux *okonomiyaki*, il manquait carrément le chou…

Voulant sans doute se rattraper, le chef a voulu nous faire goûter « en cadeau » une invention de son cru : un macaron (apparemment parfumé au thé vert) fourré au foie de turbot ! Nous lui conseillons vivement de ne pas explorer cette voie plus avant…

Moins de 20 € par personne le soir avec le vin en mangeant très copieusement.

Izakaya Umai, Rua da cruz dos Poiais, 89. T. 213-958057



CASTELLA DO PAULO

Chez Paulo, c'est du gâteau !

Parmi les apports indiscutables du Portugal à la gastronomie japonaise, on trouve la Castella (*kastera* en nippon), un gâteau un tantinet étouffe-chrétien à notre goût mais qui connaît au Japon un succès qui ne s'est jamais démenti depuis plus de cinq siècles ! Curieusement, la « vraie Castella » est beaucoup moins facile à trouver à Lisbonne qu'à Tokyo ce qui fait de cette adresse un véritable lieu de pèlerinage pour tous les Japonais de passage dans la capitale. Bien que ce restaurant-salon de thé annonce une cuisine portugaise ET japonaise, cette dernière se résume en tout et pour tout à une salade au poulet agrémentée d'algues wakame et de tofu et d'une « omelette japonaise » fourrée au riz ! Mieux vaut donc se limiter aux pâtisseries et, bien sûr, en premier lieu, à la castella, que l'on peut déguster nature ou parfumée au thé vert. Autre spécialité de la maison : le *anpan*, un petit pain rond fourré à la pâte de haricot rouge, lui aussi originaire du Portugal, et servi ici en plusieurs versions (haricot rouge ou noix). Comptez 3 à 5 pour une pâtisserie et un thé vert.

Rua Alfândega 120. T : 218 880 019. www.castella.pt. Sur place ou à emporter.

La belle pâtisserie Castella et ses deux spécialités.







Shôchu
L'eau de feu !

ON LE PREND SOUVENT POUR UNE VODKA LOCALE OU POUR UN TORD-BOYAUX DES CAMPAGNES. LE SHÔCHU EST POURTANT UN ALCOOL UNIQUE À BASE DE PATATES DOUCES, TRÈS POPULAIRE AU JAPON OÙ SES VENTES DÉPASSENT CELLES DU SAKÉ. REPORTAGE DANS L'EXTRÊME-SUD DE L'ARCHIPEL OÙ LE SHÔCHU FERMENTE À L'OMBRE DE MAJESTUEUX VOLCANS

Par Guillaume **LOIRET**

1549 La jonque est chinoise, elle vient de Malacca (Indonésie), et ses occupants sont portugais... Drôle d'attelage, et drôle de spectacle pour les Japonais de Satsuma (Sud de l'île de Kyushu), qui voient débarquer sur leurs plages des missionnaires blancs et barbus ! C'est le début de l'aventure chrétienne au Japon pour les Jésuites européens, qui consignent par écrit toutes sortes d'étranges habitudes observées chez les Japonais, notamment celle-ci :
« *Ils boivent un arak fait à partir de riz, mais on n'a jamais vu un homme ivre. C'est parce qu'une fois éméchés ils s'empressent de s'allonger et de faire la sieste*». Un arak, «orraqua» en portugais, c'est-à-dire un alcool distillé, à la différence du saké, produit par fermentations répétées.
450 ans plus tard, l'évangélisation du Japon a tourné court et le domaine féodal de Satsuma a été rebaptisé Kagoshima mais les habitants de Kyushu boivent toujours cet alcool distillé, devenu depuis célèbre dans tout le pays : le shôchu, un spiritueux aux saveurs discrètes, boisson préférée des paysans et des *salarymen* en virée nocturne. C'est ici, dans la grande ville du sud de Kyushu (Sud-Ouest), qu'a commencé il y a





Le shôchu "3650" et le volcan Satsuma : les deux stars de Kyushu.

10 ans la seconde vie du shôchu, une offensive des producteurs et des pouvoirs publics destinée à le débarrasser de son image de « picrate des campagnes » pour en faire une boisson moderne, et vendeuse. Opération réussie : les jeunes ont été séduits par la mode du *chûhaï* (canettes de shôchu pétillant aromatisé au citron) ; les autorités l'ont déclaré alcool national (*kokushu*) au même titre que le saké, et joué avec les taxes (en imposant trois fois plus les spiritueux étrangers) ; et les ventes ont explosé : le shôchu est aujourd'hui le second alcool du pays (en volume : 500 millions de litres produits en 2010, contre 3,5 milliards pour la bière et ses dérivés, et 425 millions pour le saké).

Ni whisky, ni vodka, ni liqueur

Avant le boom, on en trouvait déjà plus de mille variétés chez Ishinkan, une boutique du centre-ville de Kagoshima. «*C'est la culture locale : on ne boit presque pas de saké par chez nous, et d'ailleurs, la région est la seule du pays à ne pas en produire.*»



C'est dans ces grandes cuves ou kame que fermente le futur shôchu.

Le shôchu, en revanche, est *'number one'*, explique le patron, qui s'étonne de l'intérêt de la presse étrangère : « *Il reste très mal connu en dehors du Japon, les touristes font souvent la grimace, et certains disent même que ce sont les Portugais qui l'ont amené* ***ici*** *!* » L'anecdote rapportée par les Jésuites nous dit le contraire et le shôchu s'y est plus probablement implanté au début du XVIe siècle, au terme d'un voyage commencé en Perse - patrie d'origine des techniques de distillation - et poursuivi en Inde, en Thaïlande, et enfin à Okinawa. Cet archipel subtropical, dispersé entre Kyushu et Taïwan, a commencé à fabriquer vers 1470 un alcool distillé à base de riz, l'*awamori* (voir encadré), dont la recette est trop proche de celle du shôchu nippon pour ne pas l'avoir inspirée...

Largement ignoré en Europe, où le saké commence à se faire une belle réputation (voir Wasabi n°35), le shôchu est aussi facilement caricaturé : la plupart des sites Internet le présentent comme une vodka locale, une variante nippone du whisky (alors que le Japon produit parmi les meilleurs du monde !), ou un saké de piètre qualité. Pourtant, « *son processus de fabrication fait du shôchu un alcool unique* », proteste notre hôte. Différent du whisky, car les fruits ou grains germés ne sont pas autorisés dans sa composition. De la vodka, car il ne peut pas être filtré au charbon. Des liqueurs, car il est interdit de le fortifier pendant la distillation. Il titre entre 25 et 40%, est souvent vieilli, mais jamais au point de confondre sa robe avec celle d'un cognac ou d'un scotch. Le shôchu appartient en fait à la grande famille des eaux-de-vie, mais ne ressemble à aucune autre. Et pour illustrer le propos, le patron d'Ishinkan sort une bonne bouteille locale, de chez Hombo Shuzo, dont l'étiquette arbore quatre kanjis calligraphiés : 焼酎, shôchu, soit "vin brûlé", ou plutôt "concentré par le feu", distillé. Et au-dessous : 本格, "*ça se lit 'honkaku', c'est-à-dire authentique. C'est l'alcool de tradition, fabriqué avec l'ancien style. Allez donc leur demander comment ils font...*»



Secrets alambiqués

Le *honkaku*, c'est la star des shôchu, et la spécialité de la maison Hombo Shuzo, dont la distillerie-boutique est située en banlieue sud de Kagoshima, sur la route de la station balnéaire d'Ibusuki. « *Sa qualité est supérieure, à cause d'une distillation unique et artisanale, qu'on fait là-bas* », explique notre guide Makoto Kawaida en désignant l'alambic à repasse, sorte d'énorme cocotte-minute en cuivre qui trône dans un angle du bâtiment. Une distillation unique, comme le ***Single Malt*** pour le whisky, qui préserve et transmet la saveur « authentique » du comestible utilisé (principalement pomme de terre, blé, ou riz), pour proposer un nez puissant et des arômes prononcés. C'est en 2002 que le lobby des producteurs a réussi à imposer cette AOC et à populariser le nom *honkaku*. Objectif : distinguer le « vérita-

Awamori, l'ancêtre du shôchu

C'est un peu le chaînon manquant entre le shôchu nippon et ses origines asiatiques, une eau-de-vie obtenue par distillation simple – comme le *honkaku* – mais à partir de riz long thaïlandais et d'un *kôji* de millet. L'*awamori* est un shôchu particulier, fortement ancré dans la culture d'Okinawa, et apparu à une époque où l'archipel était un encore un royaume indépendant baptisé Ryûkyû (le rattachement au Japon date de 1879). Il vieillit mieux que ses homologues japonais, et il n'est pas rare de trouver un *awamori* bonifié pendant dix ou vingt années. Une paille, quand on pense aux jarres de 200 ou 300 ans que se transmettaient les distillateurs avant que les bombes de la bataille d'Okinawa, en 1945, ne remettent les compteurs à zéro.

La préparation du kôji, ou moût d'amorçage, demande environ 30 heures.





Ajoutée au kôji et à la levure, la patate douce produira de l'alcool au bout de plusieurs semaines de fermentation.

ble » spiritueux de sa variante industrielle, le *korui*, un shôchu à distillation multiple, moins goûtu, qu'on sert en cocktail ou sur glace. Sa fabrication a débuté sous l'ère Meiji (1868-1921), avec l'arrivée d'alambics britanniques permettant la distillation répétée, et donc la production de masse. Aujourd'hui, la gamme du *korui* est large, entre d'excellentes bouteilles produites par les grands noms du shôchu, et les packs en carton vendus pour quelques centaines de yens dans le premier Seven Eleven (célèbre supérette nippone) venu.

Hombo Shuzo est une entreprise familiale. Tout y est encore fait à la main, avec une attention particulière portée à la première étape, celle de la fermentation. Son mot-clé : le *kôji*, un moût d'amorçage obtenu en saupoudrant des spores sur du riz cuit à la vapeur et malaxé avec vigueur. Cette opération de maltage est indispensable car les sucres complexes (amidon) contenus dans la base du shôchu ne peuvent pas fermenter directement et doivent d'abord être transformés en sucres simples (glucose) par les bactéries. Le saké utilise d'ailleurs la même technique, tout comme de nombreuses boissons alcoolisées en Asie, par exemple le *soju* coréen et le *baijiu* chinois.

C'est dans d'immense jarres de 600 litres enfouies dans le sol de la distillerie que le *kôji* est ensuite laissé à fermenter pendant six jours, avec de l'eau et de la levure, avant qu'on y ajoute la matière première : le grain ou le tubercule qui va donner au shôchu son identité, sa saveur, son caractère. À Kagoshima, c'est la patate douce *imo* qui a toutes les faveurs, et Hombo Shuzo en utilise une variété blanche et charnue. Ces grosses patates sucrées de 20 à 30 cm sont triées à la main, cuites, puis mélangées au *kôji*. Après quelques semaines d'une fermentation contrôlée de près, le tout passera dans l'alambic, et de la dernière cuve sortira un *imojôchu* (shôchu de patate douce) *honkaku*. Dont quelques bouteilles, probablement, seront bues chez Ishizue.





30% d'eau, 60% d'alcool, 100% Kyushu

Quelques tables, un comptoir, et une carte à faire perdre ses moyens à tout amateur éclairé : bienvenue dans l'une des meilleurs caves du centre-ville, à mi-chemin entre la rivière Kotsuki et la baie. Ishizue, ses 520 bouteilles pour la seule préfecture de Kagoshima, et son patron aux connaissances encyclopédiques. Il dispose quelques verres sur le comptoir, et on compare avec quelques habitués les mérites de différents *honkaku*, dégustés secs. Mais le shôchu se boit communément 'on the rocks', allongé à l'eau froide (*mizuwari*) ou chaude (*oyuwari*) en fonction des variétés, et toujours selon de savants calculs. « *Il faut verser l'eau d'abord, puis l'alcool, avec les bonnes proportions : 1/3 – 2/3* », glisse un amateur. Mais chacun a sa méthode, son ratio, et personne n'est vraiment d'accord. Sauf sur une chose : le meilleur shôchu du monde, c'est celui de Kagoshima !

Car la capitale du sud de Kyushu a deux fiertés : le Sakurajima et l'*imojôchu*. Un volcan célèbre - l'un des plus actifs au monde, qui forme une presqu'île de l'autre côté du port - et une eau-de-vie de patate réputée dans tout le pays. Pourtant, comme l'indique le récit des missionnaires chrétiens, Kagoshima buvait autrefois un « *arak fait à partir de riz* » et non de tubercule. Il est probable que le shôchu y ait été produit pendant plusieurs siècles avec du grain – riz, blé, orge, sarrasin – avant l'introduction de la patate via la Chine au début du XVII[e] siècle. Et aujourd'hui, tandis que la *satsuma imo* (patate de Satsuma : le nom féodal de la région est encore couramment utilisé, comme souvent au Japon) fait la réputation du shôchu de Kagoshima, chaque région de l'île a sa recette. À base de riz à Kumamoto (*kome jôchu*), de blé à Nagasaki (*mugi jôchu*), de sucre de canne dans les îles Amami (*kokutô jôchu*), d'orge à Oïta (*mugi jôchu*) et de sarrasin à Miyazaki (*soba jôchu*). Pas de doute, Kyushu est bien la patrie du shôchu !

Vieilli en fûts de chêne

À la différence du saké, qui se boit jeune (en général l'année suivant sa fabrication), le shôchu *honkaku* se bonifie avec l'âge. Trois, cinq ou dix ans de maturation pour les bonnes bouteilles, dans des jarres en terre cuite et en céramique. Ou en fûts de chêne blanc, à l'image d'un bon whisky, comme c'est le cas dans l'entrepôt du producteur Kagura Shuzo. C'est un entrepôt insolite, un long tunnel qui devait accueillir une voie ferrée et

Où déguster/acheter
du shôchu à Paris

Sakebar,
3 rue Vallette, 75005
01 43 26 05 32
www.sakebar.fr

Lengué,
31 rue de la parcheminerie,
75005 - 01 46 33 75 10

Workshop Issé,
1 rue Saint Augustin, 75002
01 42 96 26 74

et les boutiques en ligne :
Satsuki (www.satsuki.fr/), Midori no Shima (www.midorinoshima.com), ou Sakaya (http://sakaya.fr/)

Au Satsuma Bar de Kagoshima, 150 références de shôchu au verre, de 2,50 à 6,5 €.

offrir aux trains un passage sous les sommets qui entourent le volcan Aso. Mais la ligne passera finalement ailleurs, et le tunnel a été reconverti en entrepôt de maturation pour shôchu. Nous sommes à 200 km au nord de Kagoshima, à côté de la petite ville montagnarde de Takachiho (centre de Kyushu), patrie de nombreuses légendes de la mythologie japonaise et de la danse traditionnelle *kagura*. Et dans ce boyau baigné de brume et long d'un kilomètre se succèdent des dizaines de larges fûts de chêne, dans lesquels des shôchu de blé et de sarrasin reposent à température constante (15° environ toute l'année).

Sur l'un d'eux, on peut lire ces trois numéros tracés au pinceau : NO4457 (le visa de contrôle gouvernemental), H18.10.14 (la date de mise en fût, ici 18e année de l'ère Heisei), et 440 (la contenance en litres). « *Pour celui-là ça fait donc 7 ans ; il est dans la dernière ligne droite* », précise le manager, Kazuhiro Iiboshi, avant de livrer quelques secrets de conservation. Tous les trois ans, le fût est vidé, son intérieur brûlé, puis rempli à nouveau, pour donner au liquide une couleur et un parfum uniques. Pendant le vieillissement, l'alcoolémie baisse légèrement, autour de 46°, avant d'être ramenée par ajonction d'eau à un titrage académique : de 20° pour les plus accessibles à 25° pour les shôchu vieillis entre 3 et 6 ans, voire 40° pour la bouteille haut-de-gamme de Kagura Shuzo, le *3650* (vieilli 10 ans comme son nom l'indique : 365 jours X 10).

Comme pour un vin ou un whisky, c'est donc, entre autres, le nombre des années qui fait la valeur des meilleurs shôchu. Certains commencent même à faire parler d'eux en dehors du Japon, lors de compétitions internationales où ils se mesurent aux vodkas et aux cognacs les plus fins. 94 points (sur 100) : c'est le score obtenu cette année par un shôchu lors du Ultimate Spirit Challenge, très sérieuse compétition au cours de laquelle se rencontrent les plus grands noms de l'alambic. C'est peut-être la troisième vie du shôchu qui commence, celle de la consécration internationale. ■

Où trouver wasabi ?

WASABI EST DISTRIBUÉ GRATUITEMENT DANS PRÈS DE 500 RESTAURANTS ET LIEUX JAPONAIS A PARIS ET EN PROVINCE DONT LA LISTE FIGURE CI-DESSOUS. VOUS POUVEZ AUSSI CONSULTER GRATUITEMENT LES ANCIENS NUMÉROS EN VOUS CONNECTANT SUR LE SITE WWW.WASABI.FR. ET POUR SUIVRE L'ACTUALITÉ DE LA GASTRONOMIE JAPONAISE EN TEMPS RÉEL, REJOIGNEZ-NOUS SUR FACEBOOK : WASABI, LE GOÛT DU JAPON.

1er arrondissement

ACE GOURMET (BENTOS) 01 47 03 94 38
18 rue Thérèse
AKI 01 42 97 54 27
11 bis rue Sainte Anne
L'ARC 01 49 27 92 67
29 rue d'Argenteuil
EBISU 01 42 61 05 90
19, rue St Roch
EDOKKO 01 58 62 49 21
163, rue Saint Honoré
FOUJITA 01 42 61 42 93
41, rue St Roch
FOUJITA 2 01 49 26 07 70
7, rue du 29 Juillet
HELLO SUSHI 01 42 96 37 27
43, rue St Anne
HIGUMA 01 47 03 38 59
32bis, rue St Anne
HIGUMA 01 58 62 49 21
163, rue Saint Honoré
JAPORAMA 01 42 36 21 30
35, rue Etienne Marcel
JIN 01 42 61 60 71
6 rue de la Sourdière
KILALA 01 47 03 35 57
7, rue des Moulins
KINUGAWA 01 42 60 65 07
9, rue du Mont Thabor
KUNITORAYA 01 47 03 33 65
39, rue Ste Anne
KUNITORAYA FRANCE 01 47 03 07 74
5 rue Villedo
K MART (ÉPICERIE) 01 58 62 48 74
6-8 rue Sainte Anne
JIN (NOUVEAU) 01 42 61 60 71
6 rue de la Sourdière
LAI LAI KEN 01 40 15 96 90
7, rue Sainte Anne
LIBRAIRIE JUNKUDO 01 42 60 89 12
18 rue des Pyramides,
MATSUDA 01 42 60 28 38
19, rue Saint Roch
MATSURI RICHELIEU 01 42 61 05 73
36 rue de Richelieu
MIDORY 01 42 97 47 30
49, rue de l'Arbre Sec
MIYOSHI 01 42 86 80 80
11, rue Danielle Casanova
NANIWAYA 01 40 20 43 10
11 rue Sainte-Anne
NODAIWA 01 42 86 03 42
272, rue Saint Honoré
OFFICE DU TOURISME JAPONAIS
4 rue Ventadour 01 42 96 20 29
SAGANO 01 40 41 04 45
10/12 rue des Prêcheurs
SAPPORO RAMEN 01 40 15 98 66
276, rue Saint Honoré
SAPPORO RAMEN 01 42 60 60 98
37, rue Sainte Anne
SUSHI GAN 01 42 97 44 48
41, rue des Petits Champs
TAKARA 01 42 96 08 38
14, rue Molière
TORAYA (pâtisserie) 01 42 60 13 00
10 rue Saint-Florentin
VILLA TOKYO 01 42 36 62 41
14, rue du Cygne
VIVRE LE JAPON (VOYAGES) 01 42 61 60 83
30 rue Sainte-Anne
YAKINIKU 01 42 96 27 60
11 bis rue Sainte-Anne
YASUBE 01 47 03 96 37
9, rue Sainte Anne
YOU HEISEI 01 42 60 55 50
11, rue Sainte Anne
ZEN 01 42 61 93 99
8, rue de l'Echelle

2e arrondissement

ACE OPERA (ÉPICERIE) 01 40 07 93 57
43 rue Saint-Augustin
ACE MART (ÉPICERIE) 01 42 97 56 80
63 rue Ste-Anne
AICHI 01 42 96 93 51
86 rue de Richelieu
CHEZ MIKI 01 42 96 04 88
5 rue de Louvois
COMPTOIR DU SUSHI 01 53 40 88 88
36/38 passage du Ponceau
DEVANT VOUS 01 42 96 96 27
80, rue de Richelieu
EDOKKO 01 40 07 11 81
27, boulevard des Italiens
HOKKAIDO 01 42 60 50 95
14, rue Chabannais
JUJIYA (ÉPICERIE) 01 42 86 02 22
46 rue Sainte Anne
KIM CHI 01 42 96 55 76
5, rue de Louvois
KINTARO 01 47 42 13 14
24, rue Saint Augustin
KIOKO (ÉPICERIE JAPONAISE) 01 42 61 33 66
46 rue des Petits Champs
KOETSU 01 40 15 99 90
42 rue Sainte-Anne
KYOTORI 01 42 60 06 99
10 rue Chabannais
MATSU SUSHI 01 40 26 35 06
18, rue de Turbigo
MICHI 01 40 20 49 93
58 rue Sainte-Anne
MOMIDJI 01 47 42 844 88
9, rue de Hanovre
OGURA 01 47 42 77 79
20 rue de la Michodière
OKINAWA 01 42 96 21 68
19, rue Saint Augustin
TOKYO SUSHIS 01 45 08 15 50
37, rue Montmartre
TOYOTOMI 01 42 86 02 86
24 rue des Petits Champs
YAMAMOTO 01 49 27 96 26
6, rue Chabanais
YOKOSUNA 01 45 08 52 75
2, rue Léopold Bellan

3e arrondissement

KAGAYAKI 01 48 87 61 88
79 bd. Beaumarchais
TAÉKO 01 48 04 34 59
39, rue de Bretagne (marché des Enfants rouges)
YOSHIGAWA 01 48 04 35 00
184, rue St Martin

4e arrondissement

AKATSUKI 01 42 78 71 27
15, rue des Archives
ALLO SUSHI 01 44 61 93 73
13, rue Cloche Perce
AOYAMA 01 42 74 53 92
22 bis, rue de la Verrerie
BISTRO TOKYO 01 42 72 11 11
20 rue des Lombards
ISAMI 01 40 46 06 97
4, quai d'Orléans
KYO 01 42 72 56 48
9 rue de la Verrerie
MINOKO 01 42 74 17 96
76, quai de l'Hotel de Ville
MINORI 01 44 78 07 68
14 rue de la Cloche percée
SUN 01 48 04 89 88
14 bd de Sébastopol
TAKIMI 01 42 77 43 82
24 rue Vieille du Temple

5e arrondissement

ASIA TEE 01 43 26 39 90
47 rue de la Montagne Ste Geneviève
EDOGAWA 01 47 07 68 39
43, rue Mouffetard
INAGIKU 01 43 54 70 07
14 rue de Pontoise
KANAE (ÉPICERIE) 01 40 46 06 15
29 place Maubert
LENGUÉ 01 46 33 75 10
31 rue de la Parcheminerie
SAKÉ BAR 01 43 26 05 32
3 rue Valette
SASHIMI BAR 01 43 54 57 98
4 rue des Fossés St Jacques
SOLA . 01 43 29 59 04
12 rue de l'Hôtel-Colbert

6e arrondissement

AZABU 01 46 33 72 05
3, rue André Mazet
ITADAKI 01 43 26 68 25
64, rue Monsieur le Prince

HANAFOUSA 4, passage de la petite boucherie	01 43 26 50 29
KIM'S ORIENT EXTREME 4, rue Bernard Palissy	01 45 48 92 27
KYOTORI 61 rue monsieur le Prince	01 43 54 48 44
MANDARINE SUSHI 32 rue St Placide	01 42 22 25 21
SHU 8 rue Suger	01 46 34 25 88
SUSHI HOUSE 50, rue Dauphine	01 43 25 54 85
TOKUGAWA 49, bd du Montparnasse	01 42 22 32 59
TOKYOTORI 18 rue monsieur le Prince	01 55 42 02 56
TSUKIZI 2 bis, rue des Ciseaux	01 43 54 65 19
YEN 22, rue St Benoit	01 45 44 11 18
YUSHI 8, rue des Ciseaux	01 44 07 03 11

7e arrondissement

AIDA 1, rue Pierre Leroux	01 43 06 14 18
ARIDO 208 bis, rue de Grenelle	01 47 53 74 49
MAISON DU SUSHI 44, avenue Bosquet	01 45 51 24 24
MATSURI 74 rue du bac	01 45 51 24 24
MIYAKO 121, rue de l'Université	01 47 05 41 83
WALAKU 33 rue Rousselet	01 56 24 11 02
YUZU 33 rue de Bellechasse	01 47 05 28 84

8e arrondissement

ASIAN 30, avenue Georges V	01 56 89 11 00
LE BAR A SUSHI 55 bd des Batignolles	01 45 22 43 55
CHAJIN (THÉ JAPONAIS) 24 rue Pasquier	01 53 30 05 24
HANAWA 26 rue Bayard	01 56 62 70 70
HYOTAN 3, rue d'Artois	01 42 25 26 78
TAISHO KEN LAMEN 27, rue du Colisée	01 45 61 09 79
JIPANGUE 96 rue La Boétie	01 45 63 77 00
KINUGAWA 4, rue Saint Philippe du Roule	01 45 63 08 07
KIYOMIZU 4 rue St Philippe du Roule	01 45 63 08 07
KOHOHANA 1 bis rue Jean Mermoz	01 45 62 15 68
NEW KYOTO 6, rue Corvetto	01 53 04 07 90
KYOTO ST LAZARE 9, rue de l'Isly	01 42 93 35 13
MATSURI 24 rue Marbeuf	. 01 45 62 30 14
NAKA 40, rue de Ponthieu	01 42 89 05 04
OKAME 235, Rue du Fg. Saint Honoré	01 46 22 95 03
SUSHI JAPO 53, rue de Rome	01 44 90 00 61
YAKI KOCHI 35 rue La Boétie	01 43 59 51 88
YAMAICHI 9 rue de l'Isly	01 43 87 19 04
YOKO 170 bd Haussmann	01 45 61 33 15

9e arrondissement

FUJI SUSHI BAR 5 rue Joubert	01 48 74 36 83
FUJI YAKI 20, rue Henri Monnier	01 42 81 54 25
HOTARU 18 rue Rodier	01 48 78 33 74
IZAAKI 35 rue Lafayette	01 53 16 43 48
KIDAYA 15 rue Lafayette	01 45 26 12 88
KIKU 56 rue Richer	01 44 83 02 30
KUSHI YAKI 41, rue de Rochechouart	01 49 70 05 24
MATSUSAKA 16, rue Montyon	01 48 00 94 64
MOMOKA 5 rue Jean-Baptiste Pigalle	01 40 16 19 09
MUSSUBI 89 rue d'Hauteville	01 42 46 31 02
SAKURAYA 3, rue Grange-Batelière	01 47 70 54 41
SUSHI BOUBOU 52 rue Maubeuge	01 48 78 84 80
SUSHI YAKI 1 bis, rue Bleue	01 42 46 11 77
TOKKI 10 rue de la Boule rouge	01 45 23 18 80
TONEGAWA 8, rue Godot de Mauroy	01 42 65 29 18
YAMAMURA 1, rue Bergère	01 48 00 90 18

10e arrondissement

ESPACE JAPON (CENTRE CUTUREL) 12 rue de Nancy	01 47 00 77 47
MUSSUBI 89 rue d'Hauteville	01 42 46 31 02
NISHIKURA 12, rue du Faubourg Poissonnière	01 40 22 99 98
OISHI SUSHI 38 rue Louis Blanc	01 40 35 14 12
SUSHI SAKE 247, rue du fbg St Martin	01 40 38 37 65
TOKIOYAKI 231 rue du Fbg St Martin	01 46 07 67 91
YAMADA 188, rue du fbg St Martin	01 46 07 01 88

11e arrondissement

CENTRE FRANCO JAPONAIS 8 passage Turquetil	01 43 48 00 38
LE PALAIS DES THÉS 10 rue Mercoeur	
KAMPEI 193 bd Voltaire	01 43 48 17 08
KIMONO 115, rue St Maur	01 49 23 44 85
KINNOSUZU 19, rue de la Roquette	01 48 05 10 32
KUNSHIKATSU BON 24 Rue Jean-Pierre Timbaud	01 43 38 82 27
KYOBASHI 117, rue St Maur	01 53 36 73 34
MOMIJI 20 rue Daval	01 48 06 14 72
NAKAGAWA 3 rue Saint-Hubert	01 47 00 82 30
SAKURA 46, rue de la Roquette	01 43 38 74 92
SUKIYAKI 12, rue de la Roquette	01 49 23 04 98
SUKI VILLAGE 9 rue de Charonne	01 43 55 92 79

12e arrondissement

GINZA 1, rue Corbineau	01 43 46 61 96
HAYASHI 20 cours de Vincennes	01 43 45 88 78
IZAKAYA 59 rue de Lyon	01 46 28 93 88
ROBATA 96, rue Claude Decaen	01 43 07 68 79
SAMOURAI 12, rue Emilio Castelar	01 43 07 52 30
SUSHIVILLA 216, rue du Faubourg St Antoine	01 43 48 66 05
YEKO 154 av. Daumesnil	01 43 43 82 18

13e arrondissement

ISHIKAWA 45 rue Albert	01 53 79 12 76
IZU 7 rue Véronèse	01 43 31 87 51
JAPONIKA 8, avenue de Choisy	01 45 86 86 83
MAKI SUSHI TOKYO 44, rue de Tolbiac	01 45 84 54 41

MATSUYAMA 01 45 88 22 18
11-13 bd. Auguste Blanqui
SAMOURAI 01 45 82 88 88
42, avenue de la Porte d'Ivry
TORI ICHI 01 45 84 95 68
42 rue Louise Weiss

14e arrondissement

ATSUMI 01 43 27 09 83
28 rue de la Gaîté
GINZA 01 43 20 43 54
50 rue Daguerre
HASHIMOTO 01 45 43 70 56
46, rue Didot
HOSHI 01 43 27 16 21
11, rue de la Gaîté
KIMURA 01 45 42 33 15
38, rue Pernety
SUSHITORA 01 45 42 79 76
113, rue Didot
SUSHI GOZEN 01 40 47 55 01
20 rue Delambre
TOMBO 01 42 22 61 83
14, rue de l'Arrivée
TORICHO 01 43 21 29 97
47, rue du Montparnasse
YAMATO 01 43 20 16 34
144 bd du Montparnasse

15e arrondissement

ARITO MONTPARNASSE 01 42 22 01 00
20, rue de l'Arrivée
BENKAY 01 40 58 21 26
61 quai de Grenelle
CULTURE JAPON (BOUTIQUE) 01 45 79 02 00
101 bis quai Branly
EURO-MART (ÉPICERIE) 01 45 77 42 77
17 avenue Emile Zola
HI MART (ÉPICERIE) 01 45 75 37 44
71 bis rue Saint-Charles
ICHIBAN 01 45 71 08 96
28, rue Lacordaire
JAPAN SUSHI EXPRESS 01 45 67 00 01
145, rue de Vaugirard
JUGOYA 01 45 79 03 80
85, rue des Entrepreneurs
KAISEKI SUSHI 01 45 54 48 60
7 bis, rue André Lefebre
KANAE (supérette) 01 56 56 77 60
118 rue Lecourbe
KITO KITO 01 47 34 12 09
45 rue Mathurin Régnier
K-MART (ÉPICERIE) 01 45 57 56 33
354 rue Lecourbe
KOKUMI 01 47 83 21 97
121, rue de Vaugirard
KOYUKI 01 45 32 67 56
20, rue Gramme
LÉGENDE DU JAPON 01 40 60 14 11
166 rue Saint-Charles
MAISON DE LA CULTURE DU JAPON 01 44 37 95 00
101 bis quai Branly
MATCHAN 01 45 77 03 50
55, rue du Théâtre
NANA-YA (ÉPICERIE) 01 46 47 79 48
81 av. Mozart
NIPPON SUSHI 01 48 28 35 28
2, rue Leriche
NOMIYA 01 40 43 91 91
6 rue d'Alleray
OKAYAMA 01 45 78 80 01
17, rue de Lourmel
OSAKA VOUILLE 01 45 31 35 28
40, rue de Vouillé
TAGAWA 01 45 75 93 21
37 bis, rue Rouelle
TAKI 01 45 79 42 28
54, rue du Docteur Finlay
YANASE 01 42 50 07 20
75, rue Vasco de Gama
WASABI 01 45 30 38 14
89 rue de la croix nivert

16e arrondissement

AKASAKA 01 42 88 77 86
9, Rue Nicolo
COMME DES POISSONS 01 45 20 70 37
24 rue de la Tour
HISADA (FROMAGERIE) 01 42 88 34 30
17 rue Le Marois
JUAN . 01 47 27 43 51
144 rue de la Pompe
KURA . 01 45 20 18 32
56 rue de Boulainvilliers
MATSURI 01 42 24 96 85
2, rue de Passy
MATSURI 01 47 27 00 59
119-121 avenue Victor Hugo
MIYAGAWA 01 45 27 01 83
11 bis av. de Versailles
OKYOTO 01 46 51 20 84
10, rue Chanez
OSAKA 01 45 25 60 29
1 rue Jouvenet
OZU 01 40 69 23 90
2 av. des Nations Unies
SUSHI GOURMET 01 45 27 09 02
1 rue de l'Assomption
TAMPOPO 01 47 27 74 52
66, rue Lauriston
YOSHI 01 47 20 48 94
11 rue Jean Giraudoux
YUSHI 16 01 47 04 53 20
70 rue de Longchamp

17e arrondissement

AYAME 01 42 27 98 00
10, rue Rennequin
CHEZ YI (SALON DE THÉ) 01 47 31 40 89
27 rue Bayen
ISUMO 01 47 64 36 27
47/51, rue des Acacias
KIFUNE 01 45 72 11 19
44, rue Saint Ferdinand
KOKOYA 01 44 90 98 12
5, rue des Batignolles
NAGANO 01 48 88 90 53
117, rue de Tocqueville
NAKAMURA 01 40 55 96 72
25, rue Brey
NAOKO 01 40 08 08 78
11, rue Biot
SHINANO 01 45 72 60 76
9, rue Belidor
SHOGUN SUSHI 01 43 80 72 88
139, rue Cardinet
SOLEIL LEVANT 01 48 88 02 75
57 rue de Tocqueville
SOLEIL LEVANT 01 45 74 21 68
4 rue Troyon
SUSHI BA 01 42 93 11 30
99 rue des Dames
SUSHI NAMI 01 42 27 14 22
38, rue Laugier
SUSHI WADA 01 44 09 79 19
19, rue de l'Arc de Triomphe
SUSHI YAKITORI 01 48 96 97 98
115, rue Legendre
TIB'S 01 45 72 03 59
51 rue Bayen
YAMATO 01 43 87 67 38
16, bd des Batignolles
ZENZAN 01 53 81 00 75
4, rue Brey

18e arrondissement

ASUKA 01 42 55 50 91
145, rue Marcadet
BASHÔ 01 42 55 19 61
63 rue Lepic
LA CAVE 27 06 10 45 89 77
27 rue Lamarck
ENISHI 01 42 57 32 14
67 rue Labat
FUGU 01 42 23 11 11
112, rue Lamarck
GUILO GUILO 01 42 54 23 92
8 rue Garreau
KEIKO 01 46 06 41 23
145 rue Ordener
KINTARO 01 42 57 27 97
106 bd. Rochechouart
MIYAZAKI 01 42 29 18 71
2 rue Lagille
NAOKO 01 53 41 64 33
3, rue des Abbesses
SAKANA 01 53 28 08 35
46 bd de Clichy
SUSHI AKASHI 01 44 90 05 68
5 rue Forest
TOKYO 01 42 54 3112
40 rue Custine

19e arrondissement

MATSUBA 01 40 34 42 92
37 av Corentin Cariou
NAKAGAWA 01 42 08 43 22
9 rue Lassus
NAKAGAWA 01 42 40 66 63
7 rue des Fêtes
SUSHI YA 01 42 02 85 82
12, rue Pradier

20e arrondissement

ASAHI 01 43 58 78 27
56 rue de Belleville
SAPPORO 01 43 73 88 70
152 bd de Charonne
SUSHI BAR 01 42 41 28 99
153 rue de Belleville
TAKICHI 01 47 97 03 96
7, rue du Cher

Boulogne-Billancourt

SANKI 01 46 08 38 38
38 av. Edouard-Vaillant
SHIKI 01 47 61 94 22
53 rue Gallieni

Levallois-Perret

SUSHI LAND 01 41 06 07 54
68 rue Louise Michel

Issy-les-Moulineaux

SUSHI KEN 01 46 42 58 18
12 rue Ernest Renan

Neuilly-sur-Seine

MATSURI 01 46 24 59 82
18, avenue Charles de gaulle

PROVINCE

SUD

AGEN

OSAKA 05 53 66 31 76
38, bd Sylvain Dumon

AIX EN PROVENCE

GEISHA SUSHI EXPERIENCE 04 42 20 30 00
53 Cours Mirabeau
KYO SUSHI (À EMPORTER) 06 50 01 50 50
500 rue Berthelot
NIJI EXPRESS 04 42 26 14 74
51 Rue d' Italie
NIKKI SUSHI 04 42 28 57 05
49 bd Carnot
SUSHIKA 04 42 27 59 91
23 rue de la Couronne
YAMATO 04 42 38 00 20
21 av des Belges
YAMASUSHI 04 42 39 92 50
9 rue d'italie
YOJI 04 42 38 48 76
7, av. Victor Hugo

AUBAGNE

MOST OF SUSHI 04 42 32 91 61
86 rue de la République

CANNES

EDO SUSHI 04 93 99 40 39
14 rue Mace
FUJI CANNES 04 93 39 00 31
17, rue Notre Dame
O'SUSHI 04 93 68 28 23
12 rue des Belges
SUSHIKAN 04 93 39 86 13
5 RUE FLORIAN
TOKYO CANNES 04 93 68 92 21
1, bd Victor Tuby

CASSIS

UNIVERSAL SUSHI 04 42 08 27 91
11 av. Viguerie

CLERMONT FERRAND

MAIKO 04 73 90 79 15
65 rue du Port
SANTOOKA 04 73 31 33 45
13 Rue Saint Dominique
LE SUSHI CAFÉ 04 73 31 33 45 / 04 73 36 09 71
21 rue des Vieillards

HYERES

YÔKOSÔ 04 94 23 41 77
10 rue du Soldat Ferrari

MARSEILLE

CAFÉ SUSHI 04 91 33 78 87
22 bd Paul Peytral
KIM DO 04 91 34 00 08
4 rue Capazza
LA VILLA 04 91 71 21 11
113 rue Jean Mermoz
SHABU SHABU 04 91 54 15 00
30 rue de la Paix
SUSHI MOTO 04 91 78 29 71
50 bd Baille
SUSHI STREET CAFÉ 04 91 54 17 90
24 bd Notre-Dame
SU 04 91 52 22 27
28, rue Bir Hakeim (Galeries Lafayette)
WASAB'ART SUSHI 04 91 47 69 40
21 rue du docteur Escat
ZEN PRADO 04 91 53 00 09
60 av. du Prado

MARTIGUE

SUKI SUSHI 04 942 42 05 42
14 Bd Jean Zay

MONACO

CAPOSUSHI 00.377.93.25.59.52
6 impasse de la Fontaine
FUJI MONACO 00.377. 93 30 40 11
4 impasse Madonne
MAYA BAY SUSHI BAR 00.377. 97 70 74 67
24 av. Princesse Grace
MY SUSHI 00.377. 97 70 67 67
2 rue des Orangers

MONTPELLIER

LE SUSHI BAR 04 99 77 06 06
20 rue Bernard Délicieux
OBENTO YOSHIYA 04 67 40. 7 49
311 chemin de la Draille du Marbre
CASTELNAU LE LEZ
SAKURA 04 67 15 14 32
65 av. Samuel Champlain
SUSHI BOAT 04 67 92 00 37
12 rue de Verdun

NICE

AMADA 04 93 62 00 81
17, rue Tonduti de l'Escarène
JUN NICE 04 93 85 47 78
47, rue Gioffredo
HOME SUSHI & SASHIMI 04 93 55 37 37
3, rue de Orestis
HOT POT 04 93 82 33 54
6 rue d'Alsace Lorraine

KAMOGAWA 04 93 88 75 88
18 rue de la Buffa
MA YUCCA 04 93 88 39 84
26 rue de la Buffa
MY SUSHI 04 93 62 16 32
18, cours Saleya
O'SUSHI 04 93 82 92 45
30 Avenue Jean Médecin
SAISON 04 93 85 69 04
17 rue Gubernatis
YUZU SUSHI BAR 04 93 85 79 87
35 rue Maréchal Joffre
LE ZEN 04 93 82 41 20
27 rue d'Angleterre

PAU
WASABI'S 05 59 27 06 98
2 place Clemenceau

PERPIGNAN
OMEDETO 04 68 51 29 20
12, Avenue Général Leclerc

RAMATUELLE
NIKKI BEACH 04 94 79 82 04
Route de l'Epi

TOULOUSE
L'ASSIETTE JAPON 05 61 21 50 91
28 rue Peyrolières
HINODE 05 61 21 51 26
17, rue d'Austerlitz
JAPAN 05 61 22 85 85
8 rue de l'Echarpe
JAPOYAKI 05 61 13 68 69
11, rue d'Austerlitz
SHUN 05 61 99 39 20
35, rue Bachelier
SUSHI KAN 05 61 11 22 67
24 av. de l'URSS
SUSHI OHISHI 05 61 23 00 26
13 Rue De L'alsace Lorraine

SUSHIYA 05 61 23 17 71
3 place du Peyrou
SUSHI YAKI 05 61 12 00 60
9, rue Ste Ursule

SOLLIES-VILLE
BÔ SUSHI 06 20 14 02 82
RN 97

OUEST

BIARRITZ
LE SUSHI LAND 05 59 22 24 96
9 av. de la Reine Victoria

BORDEAUX
CAFE JAPONAIS 05 56 48 68 68
22, rue St Siméon
LE KIMONO 05 56 79 23 30
22 rue Ferdinand Philippart
LE SHOGUN 05 56 39 05 12
168 bis cours du Médoc
MOSHI MOSHI 05 56 79 22 91
8 place Ferdinand Lafargue

BREST
HINOKI 02 98 43 23 68
6 Rue des Onze Martyrs

CAEN
COSY SUSHI 02 31 75 11 08
3 rue du Vaugueux
MIYAKO 02 31 34 77 83
13, rue St Michel

CHALLANS
OBJECTIF ZEN 02 51 93 28 76
11 place Aristide Briand

CHARTRES
SHOGUN 02 37 36 07 19
8, rue Dr Michel Gibert

LA BAULE
LE CAFE BOUILLU 02 40 23 14 14
22 pl. du Maréchal Leclerc

LA ROCHELLE
FUJIYAMA 05 46 41 21 28
25 quai Gabut

NANTES
NOW SUSHI 02 40 74 18 18
32 bis, rue Fouré
TAÏ SHOGUN 02 40 48 66 07
8 bis quai François Mitterrand
TOKYO 02 40 89 02 04
14 rue de la Juiverie

QUIMPER
ABALONE SUSHI 02 98 64 38 91
17 Halle St François

RENNES
FUJI 02 99 38 12 00
8, rue Derval
Contour de St Germain
MIZUNA 02 99 79 18 66
3 rue d'Argentré
SAKURA 02 99 78 11 80
1 rue Saint Louis
SIMPLY SUSHI 02 99 78 18 33
2 rue Jules Simon

SAINT-BRIEUC
NIGUI SUSHI 02 96 42 11 39
4 place du Guesclin

SAINT-MALO
TAKICHI 02 23 18 28 29
5 rue Alphonse Thébault
TAMPOPO 02 99 40 87 53
5 place de la Poissonnerie

SOTTEVILLE-LES-ROUEN
WASABI 02 35 63 41 82
34 bis Place de l'Hôtel de Ville

SOUSTONS
SUSHI NORI 06.79.53.26.22
22 rue du 8 mai 1945

EST

ANNECY
O SUSHI 04 50 45 81 62
2 rue Louis Revon

BESANCON
SAMOURAÏ SUSHIS 03 81 53 51 60
45 rue Bersot

CHAMBERY
YAMAMO 04 79 60 07 57
87, rue Ste Rose

DIJON
SUSHI BAR 03 80 50 06 56
7 rue Michelet

GRENOBLE
HOKKAIDO 04 76 54 18 76
Rue Diodore Rahoult
KYOTO 04 76 54 08 91
1, place du Charmeyran (La Tronche)
OSAKA 04 76 43 26 49
1 rue Colbert
SAPPORO 04 76 85 02 45
64, cours Jean Jaures
LE SAKÉ 04 76 87 46 51
29 rue Condorcet

LYON
BO SUSHI
81 rue Duguesclin
CHEZ FYFY 04 72 41 81 22
6 rue des Marronniers
GOMAN ETSU 04 78 39 31 91
11 rue Lanterne
MATSURI 04 78 27 83 06
7 rue de la Fromagerie (1er)
MATSURI 04 37 24 74 90
109 cours Lafayette (6e)
MATSURI 04 72 85 06 36
60, rue de st Cyr
NEO SUSHI
Centre Commercial de la Part-Dieu
NOBORU 04 78 42 35 79
28 rue Henri Germain
SOLEIL LEVANT 04 78 95 04 37
204 rue Garibaldi
SUSHIDO 04 78 52 70 35
169 rue Cuvier
SUSHI KING 04 78 71 04 43
Centre commercial de Lyon Part-Dieu
SUSHI & SUSHIS 06 11 07 24 24
49 Rue de Gerland
TEPPANYAKI 04 72 56 05 05
11 quai Romain Rolland
CHEZ TERRA 04 78 89 05 04
81 rue Du Guesclin

SAINT ETIENNE
KYOTO 04 77 21 74 26
8, rue des Martyrs de Vingre

METZ
OSAKA METZ 03 87 36 68 90
32 bis rue Dupond des Loges

MULHOUSE
TOKYO MULHOUSE 03 89 54 11 18
102 rue de Bale

REIMS
MATSURI SUSHI 03 26 86 10 10
9, rue de Chativesle

TOKYO SARL 03 26 85 93 46
61, place d'Erlon

STRASBOURG
FUJIYAMA 06 19 60 02 12
19 rue des veaux
MIKADO 03 88 21 07 20
11 quai Turckheim
MOOZE 03 88 22 68 46
1 rue de la Demi Lune

VITTEL
LE COMPTOIR 03 29 08 90 83
294 rue de Verdun

NORD

LILLE
JOMON 03 28 36 84 46
4 rue de la Rapine

VALENCIENNES
NEGISHI 03 27 25 72 31
80 Av. Georges Clémenceau

CUISINEZ JAPONAIS À LA MAISON !

